





สป.  กค.  กข.  กค.  
 กป.  กสร.  กยง.  ปภ.

สำนักงานเทศบาลตำบลลำใหม่  
รับที่ 3179  
วันที่ 10 พย 65  
๑๕ ม.๑ ต.ลำใหม่ อ.เมืองยะลา 14-00 ๒๐  
จ.ยะลา ๙๕๑๖๐

พ พฤศจิกายน ๒๕๖๕

เรื่อง รายงานสรุปผลการดำเนินโครงการส่งเสริมสุขภาพ

เรียน นายกเทศมนตรีตำบลลำใหม่

สิ่งที่ส่งมาด้วย ๑. รายงานผลการดำเนินงานพร้อมเอกสารที่เกี่ยวข้อง จำนวน ๑ ชุด

ตามที่ ชมรมรักษสุขภาพได้รับการสนับสนุนเงินจากกองทุน หลักประกันสุขภาพเทศบาลตำบลลำใหม่ เพื่อดำเนินกิจกรรมด้านการส่งเสริมสนับสนุนในด้านสุขภาพให้มีสุขภาพกายและสุขภาพใจดี มีความเป็นอยู่อย่างมีความสุข ตามโครงการส่งเสริมสุขภาพ ประจำปีงบประมาณ 2565 เป็นจำนวนเงินทั้งสิ้น 62,100 บาท นั้น

บัดนี้ ชมรมรักษสุขภาพ ได้ดำเนินโครงการดังกล่าว เสร็จเรียบร้อยแล้ว จึงขอรายงานผลการดำเนินงานโครงการส่งเสริมสุขภาพ ประจำปีงบประมาณ 2565 รายละเอียดตามเอกสารที่ได้แนบมาพร้อมนี้

จึงเรียนมาเพื่อโปรดทราบ

ขอแสดงความนับถือ

(นางอมรทิพย์ สิบมอง)  
ประธานชมรมรักษสุขภาพ

เรียน นายอัสมี มะโร๊ะ  
-เพื่อโปรดทราบ  
รวม 100,000 บาท  
ขอปิดประเด็น สุขภาพเทศบาลตำบลลำใหม่  
ได้ดำเนินการแล้ว 60% ของปีงบประมาณ 2565  
จึงขอรายงานผลการดำเนินงานโครงการ  
ส่งเสริมสุขภาพ ประจำปี 2565  
รายละเอียดตามเอกสารที่แนบมาพร้อม  
นี้  
ขอแสดงความนับถือ  
อ.อ.

(นายอัสมี มะโร๊ะ)

เจ้าพนักงานสาธารณสุขปฏิบัติงาน รักษาราชการแทน  
ผู้อำนวยการกองสาธารณสุขและสิ่งแวดล้อม

  
(นางการเกษร แก้วเทพา)

ผู้อำนวยการกองคลัง รักษาราชการแทน  
ปลัดเทศบาลตำบลลำใหม่

นางน

(นายสุรชัย เรียบประดิษฐ์)  
นายกเทศมนตรีตำบลลำใหม่



สำนักงานเทศบาลตำบลลำใหม่  
 รับที่ 3009  
 วันที่ 26. ๓๓. ๖๕.  
 14. ๐๕

สป.  กค.  กช.  กศ.  
 กป.  กสร.  กยง.  ปภ.

๑๕ ม.๑ ต.ลำใหม่ อ.เมืองยะลา  
 จ.ยะลา ๙๕๑๖๐

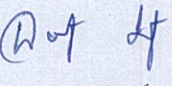
๒๖ ตุลาคม ๒๕๖๕

เรื่อง ขอส่งคืนเงินโครงการส่งเสริมสุขภาพ


เรียน นายกเทศมนตรีตำบลลำใหม่


สิ่งที่ส่งมาด้วย ๑. หลักฐานการเบิกจ่ายงบประมาณ จำนวน ๑ ชุด

ตามที่ กองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลตำบลลำใหม่ อนุมัติโครงการส่งเสริมสุขภาพ ประจำปีงบประมาณ พ.ศ.๒๕๖๕ โดยสนับสนุนงบประมาณแก่ชมรมรักษาสุภาพ เป็นเงิน ๖๒,๑๐๐ บาท นั้น บัดนี้ ชมรมรักษาสุภาพ ได้ดำเนินโครงการส่งเสริมสุขภาพ เสร็จเรียบร้อยแล้ว ปรากฏว่า งบประมาณที่ใช้ในการดำเนินโครงการทั้งสิ้น จำนวน ๓๑,๖๔๐ บาท เงินคงเหลือจากการดำเนินโครงการ จำนวน ๓๑,๖๔๐ บาท จึงขอส่งเงินดังกล่าวคืนแก่กองทุนหลักประกันสุขภาพ เทศบาลตำบลลำใหม่ รายละเอียดตามสิ่งที่ส่งมาด้วย จึงเรียนมาเพื่อโปรดทราบ


ขอแสดงความนับถือ  
  
 (นางอมรทิพย์ สิบมอง)  
 ประธานชมรมรักษาสุภาพ

เรียน นายกเทศมนตรี  
 -เพื่อโปรดทราบ  
 ชมรมรักษาสุภาพ จากกองทุน  
 สปสช. ประจำปีงบประมาณ ๒๕๖๕ วัตถุประสงค์  
 กิจกรรมส่งเสริมสุขภาพ เจริญวัยวัยเยาว์  
 ซึ่งขอส่งคืนเงินโครงการส่งเสริมสุขภาพ ตามที่  
 ๑. หลักฐานการเบิกจ่าย

๑๖๓.  
  
 (นายอัสมี มะโร๊ะ)

  
 (นางการเกษร์ แก้วเทพา)  
 ผู้อำนวยการกองคลัง รักษาการแทน  
 ปลัดเทศบาลตำบลลำใหม่  
 11 พ.ย. 2565

เจ้าพนักงานสาธารณสุขปฏิบัติงาน รักษาการแทน  
 ผู้อำนวยการกองสาธารณสุขและสิ่งแวดล้อม

  
 (นายสุรชัย เรียบประดิษฐ์)  
 นายกเทศมนตรีตำบลลำใหม่







# โครงการส่งเสริมสุขภาพ

บันทึกข้อตกลง

การขอรับเงินอุดหนุน

กองทุนสุขภาพตำบล เทศบาลตำบลลำใหม่

เลขที่ข้อตกลง 01/2565

ที่ทำการ กองทุนสุขภาพตำบล เทศบาลตำบลลำใหม่  
87 ถนนเพชรเกษม หมู่ที่ 1 ตำบลลำใหม่ อำเภอเมือง จังหวัดยะลา 95160

วันที่ 7 ธันวาคม 2564

บันทึกนี้ ทำขึ้นเพื่อเป็นข้อตกลงในการดำเนินงานโครงการ/กิจกรรมที่ได้รับเงินอุดหนุนจาก กองทุนสุขภาพตำบล เทศบาลตำบลลำใหม่ ระหว่าง สำนักงานเทศบาลตำบลลำใหม่ โดย นางอมรทิพย์ สิบมอง ในฐานะเป็นผู้รับผิดชอบโครงการ โครงการส่งเสริมสุขภาพ เพื่อเป็นข้อตกลงในการดำเนินงานโครงการ/กิจกรรมที่ได้รับเงินอุดหนุนจาก กองทุนสุขภาพตำบล เทศบาลตำบลลำใหม่ ซึ่งต่อไปในบันทึกนี้เรียกว่า “ผู้รับผิดชอบโครงการหรือกิจกรรม” ฝ่ายหนึ่ง กับ กองทุนสุขภาพตำบล เทศบาลตำบลลำใหม่ โดย นายสุรชัย เรียบประดิษฐ์ ในฐานะประธานคณะกรรมการกองทุนสุขภาพตำบล เทศบาลตำบลลำใหม่ ซึ่งต่อไปในบันทึกนี้เรียกว่า “ผู้สนับสนุนโครงการหรือกิจกรรม” อีกฝ่ายหนึ่ง

ทั้งสองฝ่าย ได้ตกลงทำบันทึกข้อตกลงกัน ดังมีรายละเอียดต่อไปนี้

ข้อ 1 ผู้รับผิดชอบโครงการหรือกิจกรรม ตกลงจะดำเนินการโครงการ/กิจกรรมในบันทึกนี้ ซึ่งต่อไปเรียกว่า โครงการ/กิจกรรมตามที่กองทุนสุขภาพตำบล เทศบาลตำบลลำใหม่ ได้ให้เงินอุดหนุนจำนวนทั้งสิ้น 62,100.00 บาท (หกหมื่นสองพันหนึ่งร้อยบาทถ้วน) ให้เป็นไปตามวัตถุประสงค์ เป้าหมาย และแผนการดำเนินงานของโครงการ/กิจกรรมตามเอกสารแนบท้ายบันทึกนี้ ตลอดจนหลักเกณฑ์ เงื่อนไข วิธีการ และตามระเบียบของกองทุนสุขภาพตำบล เทศบาลตำบลลำใหม่ และหนังสือสั่งการของสำนักงานหลักประกันสุขภาพแห่งชาติทุกประการ

ข้อ 2 การจ่ายเงิน ผู้สนับสนุนโครงการหรือกิจกรรม จะจ่ายเงินให้กับผู้รับผิดชอบโครงการหรือกิจกรรมตามที่คณะกรรมการกำหนด โดยมีการจ่ายให้กับผู้รับผิดชอบโครงการหรือกิจกรรม ดังนี้

ก. จ่ายงวดเดียวทั้งโครงการ/กิจกรรม เป็นจำนวนเงินทั้งสิ้น 62,100.00 บาท (หกหมื่นสองพันหนึ่งร้อยบาทถ้วน)

ข. จ่ายเป็นงวด ดังนี้

งวดที่ 1 จ่ายให้ผู้รับผิดชอบโครงการหรือกิจกรรมร้อยละ 100.00 เป็นเงิน 62,100.00 บาท ( หกหมื่นสองพันหนึ่งร้อยบาทถ้วน )

กรณีผู้รับผิดชอบโครงการหรือกิจกรรมเป็นหน่วยงานราชการ หน่วยงานนั้นต้องออกไปเสร็จรับเงิน ของหน่วยงานให้กับกองทุนเพื่อเป็นหลักฐานในการรับเงิน กรณีผู้รับผิดชอบโครงการหรือกิจกรรมเป็นหน่วยงาน กลุ่ม องค์กรภาคเอกชน หรือภาคประชาชน ให้ผู้แทนหน่วยงาน กลุ่ม องค์กรภาคเอกชน หรือภาคประชาชนนั้น ลงนามในใบสำคัญรับเงินที่กองทุนจัดทำขึ้นจำนวน ๒ คน และให้แนบสำเนาบัตรประชาชนของผู้รับเงินแนบใบสำคัญรับเงิน

ข้อ 3 ผู้รับผิดชอบโครงการหรือกิจกรรมต้องนำเงินที่ได้รับไปดำเนินการตามกิจกรรมต่างๆ ในโครงการหรือกิจกรรมที่คณะกรรมการอนุมัติไป หากผู้รับผิดชอบโครงการหรือกิจกรรมไม่ดำเนินการตามโครงการหรือกิจกรรมที่อนุมัติไป เว้นแต่การไม่ดำเนินการนั้นเกิดจากเหตุสุดวิสัย พันวิสัยหรือเกิดภัยพิบัติ ซึ่งได้เกิดจากการกระทำ ของผู้รับผิดชอบโครงการหรือกิจกรรม ผู้รับผิดชอบโครงการหรือกิจกรรมยินยอมรับผิดชอบชำระเงินที่ได้รับหรือเบิกจ่าย ไปแล้ว รวมทั้งค่าเสียหายหรือค่าใช้จ่ายอื่นใดอันเกิดจากการดำเนินการหรือไม่ดำเนินการดังกล่าว ให้แก่ผู้สนับสนุนโครงการหรือกิจกรรมมิต้องบอกกล่าวหรือทวงถามเป็นหนังสือแต่อย่างใด

หากผู้รับผิดชอบโครงการหรือกิจกรรม ไม่ชำระเงินที่ได้รับหรือเบิกจ่ายไปแล้ว รวมทั้งค่าเสียหายหรือค่าใช้จ่ายอื่นใดให้แก่ผู้สนับสนุนโครงการหรือกิจกรรม ผู้รับผิดชอบโครงการหรือกิจกรรมยินยอมเสียดอกเบี้ยตามอัตราที่กฎหมายกำหนดนับแต่วันที่ได้รับเงินไปจากผู้สนับสนุนโครงการหรือกิจกรรมรวมทั้งยินยอมให้ผู้สนับสนุนโครงการหรือกิจกรรมดำเนินคดีได้ตามกฎหมาย โดยมีเงื่อนไขดังนี้

1. การดำเนินงานต้องเป็นไปตามกิจกรรมในโครงการหรือกิจกรรมที่อนุมัติ

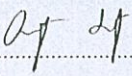


2. การใช้จ่ายเงินงบประมาณในการดำเนินโครงการหรือกิจกรรมจะต้องมีหลักฐานการเบิกจ่าย และให้ผู้ที่ได้รับมอบหมายเป็นผู้เก็บหลักฐานไว้เพื่อการตรวจสอบ
3. ในกรณีที่มีการจัดซื้อ จัดจ้าง หรือจัดหาวัสดุครุภัณฑ์ให้ใช้ราคาตามบัญชีมาตรฐานครุภัณฑ์ของทางราชการโดยอนุโลม
4. หากมีเงินเหลือจ่ายจากการดำเนินงาน ให้คืนเงินที่เหลือให้กองทุน เพื่อดำเนินการส่งเสริมและสนับสนุนแก่โครงการหรือกิจกรรมอื่นๆ ต่อไป
5. ให้ผู้รับผิดชอบโครงการหรือกิจกรรม รายงานผลการดำเนินการให้กองทุนตามรูปแบบและระยะเวลาที่กำหนด รวมทั้งเอกสารอื่นๆ ที่คณะกรรมการกำหนด

กองทุนขอสงวนสิทธิ์ที่จะดำเนินการและแก้ไขเปลี่ยนแปลงตามแนวทางปฏิบัติของกองทุน ถ้าผู้รับผิดชอบโครงการหรือกิจกรรมได้รับแจ้งเปลี่ยนแปลงแก้ไขให้ปฏิบัติตามที่กองทุนกำหนด

บันทึกนี้ ทำขึ้นเป็นสองฉบับมีข้อความถูกต้องตรงกัน โดยมอบให้ผู้รับผิดชอบโครงการหรือกิจกรรมหนึ่งฉบับ ผู้สนับสนุนโครงการหรือกิจกรรมหนึ่งฉบับ

ทั้งสองฝ่าย ได้อ่านและมีความเข้าใจในเนื้อความตามบันทึกนี้โดยตลอดแล้ว จึงลงลายมือชื่อไว้ เป็นหลักฐานต่อหน้าพยาน



(นางอมรทิพย์ สิบมอง)

สำนักงานเทศบาลตำบลลำไ้ม  
ผู้รับผิดชอบโครงการหรือกิจกรรม



(นายสุรชัย เรียบประดิษฐ์)

ประธานกรรมการกองทุนสุขภาพตำบล เทศบาลตำบลลำไ้ม  
ผู้สนับสนุนโครงการหรือกิจกรรม

(ลงชื่อ).....คอลลีเซียง งามดารา.....พยาน

(ลงชื่อ).....ช:อิติตะ.....พยาน

( นางสาวคอลลีเซียง งามดารา )

( นางชเชอติตะ ปุโย๊ะ )

คณะอนุกรรมการ

คณะอนุกรรมการ







เลขที่

ผู้รับเงิน (๔)

ตำแหน่ง

วันที่

ตำแหน่ง

วันที่

หมายเหตุ (1) ให้แนบสำเนาบัตรประจำตัวประชาชน ของผู้รับเงิน /ใบมอบอำนาจพร้อมหลักฐานประกอบ

หมายเหตุ :



แบบเสนอโครงการกองทุนหลักประกันสุขภาพระดับท้องถิ่น เขต 12 สงขลา

รหัสโครงการ	65 - L7929 -(02)-03 ปี-รหัสกองทุน 5 ตัว-ประเภท-ลำดับโครงการในหมวด
ชื่อโครงการ/กิจกรรม	โครงการส่งเสริมสุขภาพ
ชื่อกองทุน	ชมรมรักษสุขภาพ
	<input type="checkbox"/> สนับสนุนการจัดบริการสาธารณสุขของ หน่วยบริการ/สถานบริการ/หน่วยงานสาธารณสุข [ข้อ 10(1)] <input checked="" type="checkbox"/> สนับสนุนกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพ การป้องกันโรคของกลุ่มหรือองค์กร ประชาชน/หน่วยงานอื่น [ข้อ 10(2)] <input type="checkbox"/> สนับสนุนการจัดกิจกรรมของ ศูนย์เด็กเล็ก/ผู้สูงอายุ/คนพิการ [ข้อ 10(3)] <input type="checkbox"/> สนับสนุนการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ 10(4)] <input type="checkbox"/> สนับสนุนกรณีเกิดโรคระบาดหรือภัยพิบัติ [ข้อ 10(5)]
หน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มคน ที่รับผิดชอบโครงการ	<input type="checkbox"/> หน่วยบริการหรือสถานบริการสาธารณสุข เช่น รพ.สต. <input type="checkbox"/> หน่วยงานสาธารณสุขอื่นของ อปท. เช่น กองสาธารณสุขของเทศบาล <input type="checkbox"/> หน่วยงานสาธารณสุขอื่นของรัฐ เช่น สสอ. <input type="checkbox"/> หน่วยงานอื่นๆ ที่ไม่ใช่หน่วยงานสาธารณสุข เช่น โรงเรียน กองการศึกษา <input checked="" type="checkbox"/> กลุ่มหรือองค์กรประชาชนตั้งแต่ 5 คน
ชื่อองค์กร/กลุ่มคน (5 คน)	ชื่อองค์กร ชมรมรักษสุขภาพ กลุ่มคน (ระบุ 5 คน) 1. นางอมรทิพย์ สิบมอง 2. นางสาวสิรินาถ มุกดาจารย์ 3. นางสาวกัญญาณัฐ ชาวสุวรรณ 4. นางพรรณ เพชรอรุธ 5. นางผ่องพรรณ ทองโรย
วันอนุมัติ	
ระยะเวลาดำเนินโครงการ	ตั้งแต่ วันที่...15...เดือน.....พฤศจิกายน.....พ.ศ.....2564..... ถึง วันที่...30...เดือน.....กันยายน.....พ.ศ.....2565.....
งบประมาณ	จำนวน.....62,100..... บาท
<b>หลักการและเหตุผล (ระบุที่มาของการทำโครงการ)</b> ด้วยความก้าวหน้าทางเทคโนโลยีในด้านต่างๆ ทำให้วิถีชีวิตของคนในปัจจุบันเปลี่ยนแปลงไป ประชาชนออกกำลังกาย น้อยลงทำให้ร่างกายอ่อนแอ ปัญหาโรคไม่ติดต่อได้เป็นปัญหาสาธารณสุขที่สำคัญของประเทศจากรายงานของกระทรวงสาธารณสุขพบว่า โรคที่เป็นปัญหาในชุมชน 5 อันดับแรกในกลุ่มโรคไม่ติดต่อ ได้แก่ โรคความดันโลหิตสูง โรคหัวใจ โรคเบาหวาน โดยระบบกล้ามเนื้อและโครงร่างและไขมันอุดตันในเส้นเลือด ผู้ป่วยที่พบส่วนใหญ่อยู่ในกลุ่มวัยแรงงานและผู้สูงอายุ โดยพบว่าสาเหตุของกลุ่มผู้ป่วยโรคไม่ติดต่อ เรา การขาดออกกำลังกายและบริโภคอาหารไม่ถูกต้องก่อให้เกิดปัญหาสุขภาพของคนในชุมชน ซึ่งถ้าประชาชนได้บริโภคอาหารอย่างถูก สุขลักษณะและมีการออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอก็จะสามารถลดปัญหาดังกล่าวลงได้ ชมรมรักษสุขภาพ มีความมุ่งมั่นที่จะส่งเสริมสนับสนุนและดำเนินการในด้านสุขภาพให้มีสุขภาพกายและสุขภาพใจดี มีความเป็นอยู่อย่างมีความสุข ทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ สังคม อารมณ์ และสติปัญญา จึงได้จัดทำโครงการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ด้วยวิธีเดินแอโรบิค และการเดินบาสโลบ ประจำปี 2565 ขึ้น เพื่อให้ประชาชนสามารถดูแลและสร้างภูมิคุ้มกันให้กับสุขภาพตนเองได้ด้วยการ ออกกำลังกายสร้างสุขภาพพลานามัยที่ดีอีกทั้งยังสามารถใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ โดยขอรับการสนับสนุนงบประมาณจากกองทุน	



หลักประกันสุขภาพในระดับท้องถิ่นหรือพื้นที่เทศบาลตำบลลำใหม่	
วิธีดำเนินการ (ออกแบบให้ละเอียด)	
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. เขียนโครงการและขออนุมัติโครงการ</li> <li>2. ประสานงานผู้นำออกกำลังกาย</li> <li>3. จัดเตรียมวัสดุ อุปกรณ์เพื่อใช้ในโครงการ</li> <li>4. ดำเนินงานตามโครงการฯ</li> <li>5. สรุปผลโครงการโดยการรายงาน และเสนอต่อผู้บริหาร</li> </ol>	
ผลที่คาดว่าจะได้รับ	
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. ทำให้ประชาชนมีสุขภาพ ร่างกายแข็งแรงมากยิ่งขึ้น</li> <li>2. ผู้เข้าร่วมโครงการสามารถลดอัตราเสี่ยงต่อการเกิดโรคต่างๆได้</li> <li>3. ประชาชนที่เข้าร่วมชมรมมีความรักสามัคคีทำกิจกรรมร่วมกัน</li> </ol>	
เป้าหมาย/วัตถุประสงค์	ตัวชี้วัด
วัตถุประสงค์ ข้อที่ 1 เพื่อกระตุ้นและส่งเสริมให้คนในชุมชน ออกกำลังกาย มีร่างกายสมบูรณ์แข็งแรงมากยิ่งขึ้น เป้าหมาย สมาชิกชมรมรักสุขภาพ จำนวน 30 คน	ตัวชี้วัดความสำเร็จ จำนวนของผู้เข้าร่วมโครงการออกกำลังกาย
ข้อที่ 2 เพื่อลดอัตราการเจ็บป่วย และการเกิดโรคของผู้ป่วยรายใหม่ในชุมชน เป้าหมาย ผู้ป่วยรายใหม่ในชุมชนลดลง ร้อยละ 5	ร้อยละของการลดลงของผู้ป่วยรายใหม่
ข้อที่ 3 เพื่อให้ประชาชนทุกกลุ่มวัยมีเวทีจัดทำกิจกรรมร่วมกัน เป้าหมาย ประชาชนมีสถานที่จัดกิจกรรมจำนวน 1 แห่ง	จำนวนสถานที่ที่ประชาชนทำกิจกรรมร่วมกัน

กิจกรรมหลักและกิจกรรมย่อย (ปรับเพิ่ม หัวข้อได้ มากกว่าตัวอย่าง)

ชนิดกิจกรรม	งบประมาณ	ระบุวัน/ช่วงเวลา
1. ออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ 1.1 กิจกรรมย่อย เต้นแอโรบิค / เต้นบาสโลบ	- ค่าวิทยากร 1 คน วันละ 1 ชั่วโมง ชั่วโมงละ 100 บาท เป็นเวลา 10 เดือน (300 วัน) เป็นเงิน 30,000 บาท - ค่าจัดซื้อน้ำดื่ม วันละ 100 บาท เป็นเวลา 10 เดือน (300 วัน) เป็นเงิน 30,000 บาท - ค่าป้ายโครงการ เป็นเงิน 600 บาท - ค่าไมโครโฟนไร้สาย เป็นเงิน 1,500 บาท	- วันที่ 15 พฤศจิกายน 2564 ถึง วันที่ 30 กันยายน 2565 - ช่วงเวลา 17.00 - 18.00 น.
	รวม 62,100 บาท	

## 7. สรุปแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม

7.1 หน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มคน ที่รับผิดชอบโครงการ (ตามประกาศคณะกรรมการหลักประกันฯ พ.ศ. 2561 ข้อ 10)

ชื่อหน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มคน .....

7.1.1 หน่วยบริการหรือสถานบริการสาธารณสุข เช่น รพ.สต.



- 7.1.2 หน่วยงานสาธารณสุขอื่นของ อปท. เช่น กองสาธารณสุขของเทศบาล
- 7.1.3 หน่วยงานสาธารณสุขอื่นของรัฐ เช่น สสอ.
- 7.1.4 หน่วยงานอื่นๆ ที่ไม่ใช่หน่วยงานสาธารณสุข เช่น โรงเรียน
- 7.1.5 กลุ่มหรือองค์กรประชาชน

7.2 ประเภทการสนับสนุน (ตามประกาศคณะกรรมการหลักประกันฯ พ.ศ. 2561 ข้อ 10)

- 7.2.1 สนับสนุนการจัดการบริการสาธารณสุขของ หน่วยบริการ/สถานบริการ/หน่วยงานสาธารณสุข [ข้อ 10(1)]
- 7.2.2 สนับสนุนกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพ การป้องกันโรคของกลุ่มหรือองค์กรประชาชน/หน่วยงานอื่น [ข้อ 10(2)]
- 7.2.3 สนับสนุนการจัดกิจกรรมของ ศูนย์เด็กเล็ก/ผู้สูงอายุ/คนพิการ [ข้อ 10(3)]
- 7.2.4 สนับสนุนการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ 10(4)]
- 7.2.5 สนับสนุนกรณีเกิดโรคระบาดหรือภัยพิบัติ [ข้อ 10(5)]

7.3 กลุ่มเป้าหมายหลัก (ตามแนบท้ายประกาศคณะกรรมการส่งเสริมสุขภาพและป้องกันโรคฯ พ.ศ. 2557)

- 7.3.1 กลุ่มหญิงตั้งครรภ์และหญิงหลังคลอด จำนวน.....
- 7.3.2 กลุ่มเด็กเล็กและเด็กก่อนวัยเรียน จำนวน.....
- 7.3.3 กลุ่มเด็กวัยเรียนและเยาวชน จำนวน.....
- 7.3.4 กลุ่มวัยทำงาน จำนวน.....
- 7.3.5.1 กลุ่มผู้สูงอายุ จำนวน.....
- 7.3.5.2 กลุ่มผู้ป่วยโรคเรื้อรัง จำนวน.....
- 7.3.6 กลุ่มคนพิการและทุพพลภาพ จำนวน.....
- 7.3.7 กลุ่มประชาชนทั่วไปที่มีภาวะเสี่ยง จำนวน.....
- 7.3.8 สำหรับการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ 10(4)]

7.4 กิจกรรมหลักตามกลุ่มเป้าหมายหลัก

- 7.4.1 กลุ่มหญิงตั้งครรภ์และหญิงหลังคลอด
  - 7.4.1.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
  - 7.4.1.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
  - 7.4.1.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพก่อนคลอดและหลังคลอด
  - 7.4.1.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
  - 7.4.1.5 การส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่
  - 7.4.1.6 การคัดกรองและดูแลรักษามะเร็งปากมดลูกและมะเร็งเต้านม
  - 7.4.1.7 การส่งเสริมสุขภาพช่องปาก
  - 7.4.1.8 อื่นๆ (ระบุ) .....
- 7.4.2 กลุ่มเด็กเล็กและเด็กก่อนวัยเรียน
  - 7.4.2.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
  - 7.4.2.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
  - 7.4.2.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
  - 7.4.2.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
  - 7.4.2.5 การส่งเสริมพัฒนาการตามวัย/กระบวนการเรียนรู้/ความฉลาดทางปัญญาและอารมณ์



- 7.4.2.6 การส่งเสริมการได้รับวัคซีนป้องกันโรคตามวัย
- 7.4.2.7 การส่งเสริมสุขภาพช่องปาก
- 7.4.2.8 อื่นๆ (ระบุ) .....
- 7.4.3 กลุ่มเด็กวัยเรียนและเยาวชน
  - 7.4.3.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
  - 7.4.3.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
  - 7.4.3.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
  - 7.4.3.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
  - 7.4.3.5 การส่งเสริมพัฒนาการตามวัย/กระบวนการเรียนรู้/ความฉลาดทางปัญญาและอารมณ์
  - 7.4.3.6 การส่งเสริมการได้รับวัคซีนป้องกันโรคตามวัย
  - 7.4.3.7 การป้องกันและลดปัญหาด้านเพศสัมพันธ์/การตั้งครรภ์ไม่พร้อม
  - 7.4.3.8 การป้องกันและลดปัญหาด้านสารเสพติด/ยาสูบ/เครื่องดื่มแอลกอฮอล์
  - 7.4.3.9 อื่นๆ (ระบุ) .....
- 7.4.4 กลุ่มวัยทำงาน
  - 7.4.4.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
  - 7.4.4.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
  - 7.4.4.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
  - 7.4.4.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
  - 7.4.4.5 การส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพในกลุ่มวัยทำงานและการปรับเปลี่ยนสิ่งแวดล้อมในการทำงาน
  - 7.4.4.6 การส่งเสริมการดูแลสุขภาพจิตแก่กลุ่มวัยทำงาน
  - 7.4.4.7 การป้องกันและลดปัญหาด้านเพศสัมพันธ์/การตั้งครรภ์ไม่พร้อม
  - 7.4.4.8 การป้องกันและลดปัญหาด้านสารเสพติด/ยาสูบ/เครื่องดื่มแอลกอฮอล์
  - 7.4.4.9 อื่นๆ (ระบุ) ส่งเสริมให้มีสุขภาพดีด้วยการออกกำลังกาย
- 7.4.5.1 กลุ่มผู้สูงอายุ
  - 7.4.5.1.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
  - 7.4.5.1.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
  - 7.4.5.1.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
  - 7.4.5.1.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
  - 7.4.5.1.5 การส่งเสริมพัฒนาทักษะทางกายและใจ
  - 7.4.5.1.6 อื่นๆ (ระบุ) ส่งเสริมให้มีสุขภาพดีด้วยการออกกำลังกาย
- 7.4.5.1.6 การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะซึมเศร้า
  - 7.4.5.1.7 การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะข้อเข่าเสื่อม
  - 7.4.5.1.8 อื่นๆ (ระบุ) .....
- 7.4.5.2 กลุ่มผู้ป่วยโรคเรื้อรัง
  - 7.4.5.2.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
  - 7.4.5.2.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
  - 7.4.5.2.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
  - 7.4.5.2.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
  - 7.4.5.2.5 การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูง







ส่วนที่ 2 : ผลการพิจารณาแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม (สำหรับเจ้าหน้าที่ อปท. ที่ได้รับมอบหมายลงรายละเอียด)

ตามมติการประชุมคณะกรรมการกองทุนหลักประกันสุขภาพ.....  
ครั้งที่ ..... / 25..... เมื่อวันที่ ..... ผลการพิจารณาแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม ดังนี้

อนุมัติงบประมาณ เพื่อสนับสนุนแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม จำนวน ..... บาท  
เพราะ .....

ไม่อนุมัติงบประมาณ เพื่อสนับสนุนแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม  
เพราะ .....

หมายเหตุเพิ่มเติม (ถ้ามี) .....

ให้งานผลความสำเร็จของแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม ตามแบบฟอร์ม (ส่วนที่ 3) ภายในวันที่ .....

ลงชื่อ .....  
(.....(นายสุรชัย...เรียนประดิษฐ์.....)  
ตำแหน่ง ..... นายกเทศมนตรีตำบลลำไทร .....  
วันที่-เดือน-พ.ศ. .... 8 พ.ย. 2564 .....

ลงชื่อ..... ดนลัษเฐียร งามดง ..... ผู้เห็นชอบโครงการ  
(น.ส. ดนลัษเฐียร งามดง .....)  
..... ดนรอนนุภาภรณ์ .....

ลงชื่อ..... ชอธวัฒน์ ..... ผู้เห็นชอบโครงการ  
(น.ส. ชอธวัฒน์ งามดง .....)  
..... ดนรอนนุภาภรณ์ .....



ส่วนที่ ๓ : แบบรายงานผลการดำเนินแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม ที่ได้รับงบประมาณสนับสนุนจาก กองทุนหลักประกันสุขภาพ (สำหรับผู้เสนอแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม ลงรายละเอียดเมื่อเสร็จสิ้นการ ดำเนินงาน)

ชื่อแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม : โครงการส่งเสริมสุขภาพ

#### ๑. ผลการดำเนินงาน มีดังนี้

ชมรมรักษสุขภาพ เทศบาลตำบลลำใหม่ ได้จัดทำโครงการส่งเสริมสุขภาพ โดยเริ่มการดำเนิน โครงการตั้งแต่วันที่ ๑๕ พฤศจิกายน ๒๕๖๔ ถึงวันที่ ๓๐ กันยายน พ.ศ.๒๕๖๕ เวลา 17.00 – 18.00 น. ณ เวทีและลานกิจกรรม ซึ่งชมรมรักษสุขภาพ เล็งเห็นถึงปัญหาจากสภาพปัจจุบัน จึงได้จัดทำโครงการออกกำลังกาย เพื่อสุขภาพ ด้วยวิธีเดินแอโรบิก และการเดินบาสโลบ การเดินแอโรบิก ซึ่งเป็นการขยับร่างกายไปตาม จังหวะของเพลง ทำให้กล้ามเนื้อส่วนต่างๆ สามารถทำงานได้อย่างต่อเนื่อง ทำให้กล้ามเนื้อกระชับ อีกทั้งยังมี หลากหลายประโยชน์ซึ่งพบได้ดังนี้

๑. ทำให้ระบบไหลเวียนของเลือดดีขึ้น ซึ่งการเดินแอโรบิก จะได้ออกกำลังกาย ขยับร่างกายทุกๆ ส่วน ทำให้ระบบไหลเวียนเลือดผ่านในร่างกาย สูดฉีดอย่างเต็มที่ ช่วยเพิ่มเส้นเลือดฝอย และในช่วงแรกของการเดินจะเหนื่อยง่าย เพราะร่างกายยังไม่ได้ปรับสภาพ แต่หลังจากออกกำลังกายไปสักสองสามวันแล้ว ร่างกายจะเริ่มสร้างกล้ามเนื้อขึ้นมา ทำให้การทำงานของหัวใจไม่หนัก และไม่เหนื่อยง่าย

๒. ทำให้ไม่เป็นโรคความดันโลหิตสูง เพราะเมื่อเราออกกำลังกายหัวใจสามารถสูบฉีดเลือดไปตามเส้นเลือดได้เต็มที่ ไม่ไปอุดตันตามเส้นเลือด ทำให้ความดันโลหิตปกติ

๓. ทำให้ระบบหายใจดีขึ้น ปอดจะมีการขยายเมื่อเราออกกำลังกาย ทำให้เราได้รับออกซิเจนเพิ่มมากขึ้น ยิ่งถ้าได้ออกกำลังกายตามสวนสาธารณะแล้ว จึงทำให้เราได้รับออกซิเจนจากอากาศบริสุทธิ์มากขึ้นด้วย

๔. ระบบเคมีในเลือดดีขึ้น การออกกำลังกายจะช่วยให้ร่างกายเผาผลาญไขมัน เมื่อไขมันถูกเผาผลาญไปแล้ว ก็จะไม่อุดตันทางเดินของโลหิต ทำให้เลือดเดินทางได้สะดวก ไม่ก่อให้เกิดโรคทางเดินระบบโลหิตอุดตัน

๕. การออกกำลังกายจะช่วยเพิ่ม HDL เป็นตัวที่ช่วยลดระดับน้ำตาลในเลือด ทำให้ไม่เกิดน้ำตาลส่วนเกิน ซึ่งเป็นสาเหตุของโรคเบาหวาน

๖. ในด้านระบบประสาทและจิตใจ จะช่วยให้สามารถลดภาวะความเครียดได้ เพราะเราจะจดจ่อต่อ เรื่องการเดินให้ทัน

๗. การออกกำลังกาย จะทำให้ร่างกายรู้สึกผ่อนคลาย สบายใจ สบายกาย เพราะจะมีการหลั่งสาร เอนโดรฟิน หรือสารแห่งความสุขออกมาทำให้รู้สึกผ่อนคลาย

ซึ่งโครงการดังกล่าวได้ดำเนินการบรรลุวัตถุประสงค์ ทำให้ผู้เข้าร่วมโครงการฯ สร้างภูมิคุ้มกันให้กับ สุขภาพตนเองได้ด้วยการออกกำลังกายสร้างสุขภาพพลานามัยที่ดี อีกทั้งยังสามารถใช้เวลาว่างให้เกิด ประโยชน์อีกด้วย



๒. ผลสัมฤทธิ์ตามวัตถุประสงค์/ตัวชี้วัด

๒.๑ การบรรลุตามวัตถุประสงค์



บรรลุตามวัตถุประสงค์



ไม่บรรลุตามวัตถุประสงค์ เพราะ .....

.....  
.....  
.....

๒.๒ จำนวนผู้เข้าร่วมโครงการ แผนงาน/โครงการ/กิจกรรม

เดือน	จำนวน(คน)
พฤศจิกายน	๑๙๐ คน
ธันวาคม	๔๔๑ คน
มกราคม	๖๖๐ คน
กุมภาพันธ์	๔๐๗ คน
มีนาคม	๑๖๑ คน
เมษายน	๑๕๕ คน
พฤษภาคม	๓๓๒ คน
มิถุนายน	๑๕๗ คน
กรกฎาคม	๒๗๙ คน
สิงหาคม	๒๙๑ คน
กันยายน	๒๘๒ คน

๓. การเบิกจ่ายงบประมาณ

งบประมาณที่ได้รับอนุมัติ	๖๒,๑๐๐	บาท
งบประมาณเบิกจ่าย	๓๑,๖๔๐	บาท
งบประมาณที่เหลือส่งกองทุน	๓๑,๖๔๐	บาท

ลงชื่อ.....ผู้รายงาน  
( นง อมรทิพย์ ชิมม๑ )  
ตำแหน่ง.....  
วันที่.....



## สรุปโครงการส่งเสริมสุขภาพ

ระหว่างวันที่ ๑๕ พฤศจิกายน ๒๕๖๔ - ๓๐ กันยายน ๒๕๖๕

### หลักการและเหตุผล

ด้วยความก้าวหน้าทางเทคโนโลยีในด้านต่างๆ ทำให้วิถีชีวิตของคนในปัจจุบันเปลี่ยนไป ประชาชนออกกำลังกายน้อยลงทำให้ร่างกายอ่อนแอ ปัญหาโรคไม่ติดต่อได้เป็นปัญหาสาธารณสุขที่สำคัญของประเทศจากรายงานของกระทรวงสาธารณสุขพบว่าโรคที่เป็นปัญหาในชุมชน ๕ อันดับแรกในกลุ่มโรคไม่ติดต่อ ได้แก่ โรคความดันโลหิตสูง โรคหัวใจ โรคเบาหวาน โดยระบบกล้ามเนื้อและโครงร่างและไขมันอุดตันในเส้นเลือด ผู้ป่วยที่พบส่วนใหญ่อยู่ในกลุ่มวัยแรงงานและผู้สูงอายุ โดยพบว่าสาเหตุของกลุ่มผู้ป่วยโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง การขาดออกกำลังกายและบริโภคอาหารไม่ถูกต้องก่อให้เกิดปัญหาสุขภาพของคนในชุมชน ซึ่งถ้าประชาชนได้บริโภคอาหารอย่างถูกสุขลักษณะและมีการออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอก็จะสามารถลดปัญหาดังกล่าวลงได้

ชมรมรักสุขภาพ มีความมุ่งมั่นที่จะส่งเสริมสนับสนุนและดำเนินการในด้านสุขภาพให้มีสุขภาพกายและสุขภาพใจดี ความเป็นอยู่อย่างมีความสุข ทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ สังคม อารมณ์ และสติปัญญา จึงได้จัดทำโครงการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ด้วยวิธีเดินแอโรบิก และการเดินบาสโลบ ประจำปี ๒๕๖๕ ขึ้น เพื่อให้ประชาชนสามารถดูแลและสร้างภูมิคุ้มกันให้กับสุขภาพตนเองได้ด้วยวิธีการออกกำลังกาย สร้างสุขภาพพลานามัยที่ดีอีกทั้งยังสามารถใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ โดยขอรับการสนับสนุนงบประมาณจากกองทุนหลักประกันสุขภาพในระดับท้องถิ่นหรือพื้นที่เทศบาลตำบลลำใหม่

### วัตถุประสงค์

๑. เพื่อกระตุ้นและส่งเสริมให้คนในชุมชน ออกกำลังกาย มีร่างกายสมบูรณ์แข็งแรงมากยิ่งขึ้น
๒. เพื่อลดอัตราการเจ็บป่วย และการเกิดโรคของผู้ป่วยรายใหม่ในชุมชน
๓. เพื่อให้ประชาชนในเขตเทศบาลตำบลลำใหม่ใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์

### วิธีดำเนินการ

๑. เขียนโครงการและขออนุมัติโครงการ
๒. ประสานงานผู้นำออกกำลังกาย
๓. จัดเตรียมวัสดุ อุปกรณ์เพื่อใช้ในโครงการ
๔. ดำเนินงานตามโครงการฯ
๕. สรุปผลโครงการโดยการรายงาน และเสนอต่อผู้บริหาร



ภาพกิจกรรมโครงการส่งเสริมสุขภาพ  
ระหว่างวันที่ ๑๕ พฤศจิกายน - ๓๐ กันยายน ๒๕๖๕









